સસ્તી આયુર્વેદ નિબંધ-માળા

ઈન્ફલુએન્ઝા મણકો ૪.

અને

સર્વ તાવના અનુભવી ઉપચારો.



પ્રત ૨૦૦૦.

પ્રકા:— પ્રો. આઈ. બી. મહેતા.
આયુર્વેદીક મેડીકલ પ્રેક્ટીશનર

૧૩૮૩૮

પ્લેગના અનુભવી ઉપચારો કીં. ૦-૧-૦

ઈન્ફ્લુએન્ઝા અને સર્વ તાવના અનુભવી
ઉપચારો કીં. ૦-૨-૦

ફેશનમાં ફસેલી અબળા કીં. ૦-૧-૬

સરલાના શિયળની કસોટી કીં. ૦-

છાપનાર:—ગોવિન્દજી દાહ્યાભાઈ નાયક
શ્રી "અનાવિલ બંધુ" પ્રી. પ્રેસ. બરાનપુરી ભાગળ.
ભાઠાવાળી પોળ, અનાવિલ લોજની બાજુમાં સુરત.

લેખક અને પ્રકાશક:—પ્રો. આઈ. બી. ..ડેતા.
આયુર્વેદીક મેડીકલ પ્રેકટીશનર.
૨૬૧ વાડીફળીઆ, સ્ટોર શેરી—સુરત.

ઇન્ફલુએન્ઝા

અને

તાવના અનુભવી ઉપચારો.

પ્રકરણ-૧ લું.



...ः सर्वेषु रोगेषु प्राय... बलवान ज्वरः ।
अतस्तस्य ...तीकारं प्र...मूने प्रथम ॥

આયુર્વેદમાં કંઠકુબ્જ સન્નીપાત અને તંદ્રિક સન્નીપાતના લક્ષણો ઇન્ફલુએન્ઝાને મળતાં આવે છે. આ રોગ ઘણોજ ચેપી છે એકવાર તે શરૂ થયો કે ઝપાટાબંધ વેગે ફેલાય છે. આ રોગના જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થયા પછી ૧૨ થી ૨૪ કલાકમાં તાવ દેખા દે છે. આ રોગમાં શ્વાસ નળીઓના બગાડથી મરણ ઉપજે છે ડાક્ટરો આને Respiratory

Disease કહે છે. આ રોગમાં દુબળા માંદા, ઘરડાં અને બાળકોનું મરણ પ્રમાણ વધારે હોય છે. જે લોકો આહાર વિહારમાં અનિયમિત છે બજારના ફરસાણ ને મીઠાઇઓ પર હાથ મારે છે અને આરોગ્યતાના નિયમો તરફ દુર્લક્ષ આપે છે તે આ રોગના ભોગ થઈ પડે છે કારણ કે તેમની શ્વાસ નળીઓ જલદી બગડે છે. જર્મન તબીબોની એવી માન્યતા છે કે ૩૦ વરસની અંદરનાને આ રોગ વધુ લાગુ પડે છે.

ઈન્ફ્લુએન્ઝાના કારણો.

(૧) અશુભ ગ્રહોના યોગ અથવા અશુભ ગ્રહોની દ્દષ્ટીને લઇને ફાટી નીકળે છે એવો ઇટાલીઅન લોકોનો મત હતો તેથી કરી તેને ઇન્ફલુએન્ઝા નામ આપેલું છે.

દાખલા તરીકે તા૦ ૨૮ ઓગસ્ટ ૧૯૧૮ ને રોજ શની સિંહ રાશીમાં દાખલ થયો તે પહેલાં તે કર્ક રાશીમાં હતો અને તા. ૨૧ મી જુલાઈએ તે અસ્ત થયો. તા. ૩૧ ઓગ-

૨૮ શનીનો ઉદય થયો એટલે ર ાર્યન. ાનાથી છુટો થયો. કર્ક ર ી સન ાણુસની છાતી પર છે ને સ્રીના ગર્ભસ્થાન પર છે. સિંહરાષીની સત્તા હેશી જ્યોતિષ પ્રમાણે પેટ અને અંગ્રેજી પદ્ધતિ પ્રમાણે હૃદય અને બરડાની કરોડ પર સત્તા છે.

સુર્ય ગરમ ગ્રહ છે એટલે પિત, તાવ, માથાનો દુઃખાવો વગેરે ઉપદ્રવોનો કર્તા છે.

શની વાયુકારક ગ્રહ છે એટલે સંકોચ કરનાર છે અટકાવનાર, ખાંસી, ન્યુમોનીઆ, બ્રોન્કાઇટીઝ વગેરે ઉપદ્રવો કરે છે.

શની અને સુર્ય સાથેનું જોડાણ હૃદય બરડાને કરોડને લગતાં વ્યાધી ઉત્પન્ન કરે છે અને જીવન શક્તિ ઘટાડે છે.

જે લોકો આ દર્દમાં સપડાયા છે તેમને ઉપરની બાબતનો અનુભવ થયો હશે તેમજ સ્રીઓને માસીક અટકાવની બીમારી ભોગવવી પડી હશે. આ બાબત સ્થળ સંકોચને લઇને અહિંયા સમાપ્ત કરશું આ વિષય પર એક જુદોજ નિબંધ

લખાય એમ છે પણ અહિં એટલુંજ બતાવવાનું જરૂરનું છે કે જ્યોતિસ અને વૈદકને કેટલો નિકટનો સંબંધ છે.

(૨) ઋતુદોષને હવાના ફેરફારથી આ રોગ જન્મ પામે છે તેથી આયુર્વેદમાં એને આધી દૈવિક પ્રકારના રોગની ગણતરીમાં મૂક્યો છે.

શરદ ઋતુના તાપથી વર્ષા ઋતુમાં સંચય થયેલું પિત પિગળીને પિત્તજ્વર ઉત્પન્ન કરે છે. એ સામાન્ય નિયમ છે પણ જ્યારે હવામાં ફેરફાર થાય એટલે શરદ ઋતુમાં વસંત ઋતુનો મિથ્યાયોગ થવાથી વસંત ઋતુમાં કફ કોપવો જોઇએ તે ન કોપતાં શરદ ઋતુમાં કોપાયમાન થાય એટલે વનસ્પતિમાં કડવો, ખાટો ને તીખો રસ ઉત્પન્ન થવાને બદલે કષાય એટલે મધુર રસ ઉત્પન્ન થાય ત્યારે શ્લેસમ પિત્તજ્વર શરૂ થાય અને જેના શરીરમાં આમ વધારે હોય તેઓને કંઠકુબ્જ સન્નીપાત કે ઇન્ફ્લુએન્ઝા લાગુ પડે.

ઇન્ફલુએન્ઝાના પ્રથમ ચિન્હો.

શરીરમાં જંતુઓનો સંચાર થયા પછી ૧૨ થી ૨૪ કલાકમાં તેનો ઉપદ્રવ શરૂ થાય. પ્રથમ સળેખમ થાય. છીંકો આવે, માથાને વાંસામાં સખ્ત દુઃખાવો થાય. ટાઢ વાઇને તાવ આવે મોઢું ચીકણું લાગે ઘડીમાં ટાઢ ને ઘડીમાં તાપ લાગે હાથ પગને હાડકાંમાં દરદ થાય મગજ છેક નબળું પડી જાય નાક અને ગળામાં ક્ષોભ થાય (Irritation) આંખ સાંકડી થઇ જાય અને અંદર દરદ થાય.

ગંભીર ચીન્હો.

માથામાં સખ્ત પીડા, દાહ બળે, કંપારી આવે, રકતપિત્ત થાય એટલે મોં નાક યોની અને ગુદાથી લોહી પડે, બેભાન થાય, લવારો કરે, છાતી, ગળા ને ફેફસામાં ખાસ સોજો આવે શ્વાસ નળીનો સોજો વધી પડે તો મુશ્કેલીથી દર્દી શ્વાસ લઈ શકે; ગળુ અંદરથી લાલ થઇ કેટલાકની ગળજીભી સુઝી જાય અને ન્યુમોનીઆ થઈ મૃત્યુ થાય, આ રોગમાં સારા થયા પછી લાંબા વખત સુધી ખાંસીની પીડા રહે છે.

આ તાવમાં મુખ્ય કફ તથા રસનો કોપ છે એટલે તાવ સાથે સળેખમ સસણીના ચીન્હ માલુમ પડે છે. તેના ઉપાય તાવ અને સસણીના ઉપાયોને મળતાં છે આ મુદ્દત બંધી તાવ છે. સાધારણ ૭, ૧૪, ૨૫ દીવસની મોટે ભાગે હદ હોય છે. છાતીમાં દાહ બહુ થાય તો દર્દીને સારા થવાનો સંભવ થોડો રહે છે.

આ દર્દીની શરૂઆતમાં બરાબર સારવાર કરવામાં નહિ આવે અથવા ખોરાક આપવામાં ભુલ થાય તો ન્યુમોનીઆ થઈ જાય છે ને કેસ ગંભીર થાય છે:

પથ્યાપથ્ય.

(૧) તાવ દેખાય કે તરત દરદીને પથારીમાં સુવાડી રાખવો શારીરીક શ્રમ ન પડે તેમ કરવું.

(૨) છાતી ઉપર રૂની ડગલી સ્વેટર વગેરે પહેરાવવો, ગળા પર ગરમ કપડું રાખવું, ખાદી ને કામળાનો ઓરાઢવામાં ઉપયોગ કરવો.

(૩) દરદીનું બિછાનું હવા ઉજાસ પુષ્કળ હોય તેવી જગ્યાએ રાખવું.

(૪) દરદીને સીધો પવન નહિ લાગતાં બાજુએથી હવા આવે તેવી ગોઠવણ કરવી.

(૫) દરદીના થૂક, મળમૂત્ર વગેરે દૂર નંખાવવા તેના ઉપર મટોડુ કે રાખ નંખાવવી.

(૬) દરદીના કપડા બિછાનું સ્વચ્છ રાખવા.

(૭) દરદીને ખાસ કરીને ત્રણ ચાર ટંક બીલકુલ અન્ન આપવું નહિ. કકડીને ભૂખ લાગે નહિ ત્યાં લગી લંઘણ કરાવવું.

(૮) શરૂઆતમાં એક સાધારણ જુલાબ આપવો.

(૯) સાબુ ચોખાની કાંજી બીલકુલ આપવી નહિ પણ મગનું પાણી, પીપર, ગોળ, ધાણા, જીરૂ વગેરે નાંખીને આપવું.

(૧૦) દરદીને ફક્ત ઉકાળેલા પાણી પર બે ત્રણ દીવસ રાખવામાં આવે તો **કેસ બગડવાની ધાસ્તી રહેતી નથી.**

(૧૧) એક શેર ઉકાળેલું પાણી બળીને અડધો શેર રહે ત્યારે સહેવાતું સહેવાતું માંગે તેટલીવાર

પીવાને આપવું, અથવા ઠંડું થયા પછી પીવા આપવું.

(૧૨) શેાષ બહુ પડતેા હેાય તેા એક ચમચી મધ પાણીણાં મેળવી તે વારંવાર આપવું.

(૧૩) ઠંડા ઉપચાર આ રેાગમાં જીવલેણ છે, બને ત્યાં લગી લીલેા મેવેા બરફ વગેરેનેા ઉપયેાગ કરવેા નહિ. ગરમ ઉપચાર કરવા.

(૧૪) તુળસીના પાંતરાની ચાહ, આદુ, મરી, ફૂદનેા, સુંઠ, તજ વગેરે નાંખી થેાડું દુધ મેળવી દીવસમાં બે ત્રણ વાર આપવું.

(૧૫) તુળસીનેા રસ ને મરી મેળવી બબે કલાકે આપવું. ને ગરમ પાણી કલાકે કલાકે આપવું. તુળસીનેા રસ શરીરે માલીસ કરવેા.

(૧૬) ખેારાક પહેલા ત્રણ દીવસ લંઘણ, તુળસીની ચાહને ગરમ પાણી ચાર દીવસથી આઠ દીવસ લગી ફક્ત મગનું એાસામણ આપવું.

(૧૭) આખા મગને બારી તેનું પાતળું પાણી ઘાણા જીરૂ ફૂદનેા જરા ગેાળ વઘાર વગેરે દઈ તે આપવું.

(૧૮) આઠથી ૧૨ દિવસ લગી ઓસામણને ગાળેલો ભાત આપવો.

(૧૯) બાર દીવસ પછી દુધમાં સુંઠ, મરી, પીપર લવીંગનો ભૂકો નાંખી થોડું થોડું આપવુ સાકર સહેજ નાંખવી.

નં. ૧ રેચ આપવાની સમજ.

(૧) પાતળા આદમીને હલકો રેચ આપવો.

(૨) જાડા આદમીને સખ્ત રેચ આપવો.

રેચ આપવાની ઔષધી.

અશ્વચોળી, વિરેચન, ત્રીફળા ઇચ્છા ભેદી રસ વગેરેમાંથી એકનો ઉપયોગ કરવો તે હાજર નહિ હોય તો મીંઢીઆવળ તો. ૨ાા હરડે દળ, તો. ૨ાા સિંધવ તો. ૧ ગરમાળાનો ગોળ તો. ૪ સુંઠ તો. ૧ બધાને ખાંડી બે તોલા ભુકાને કલઈવાળા વાસણમાં નાંખી ઉકળતું પાણી તો. ૧૦ રેડી દશ મીનીટ ઢાંકી રાખવું પછી ગાળી દીવસમાં બે વખત ગરમ કરીને આપવું.

પીસાબ.

પીસાબ વાસ મારે તો પીઠની આસપાસનો પીસાબની આસપાસના ભાગ પર શેક કરવો, રેવંચીનો શીરો ગરમ કરીને બાંધવો.

પીસાબ અટકે તો કપૂર અથવા સુરોખાર સહેજ ઇંદ્રિયના છિદ્રમાં મુકવો.

ઉલટી કરાવનાર ઔષધી.

તાવ જમ્યા પછી જોરમાં આવે તો રાઈ, મીઠું તથા વજ તેની ભુકી ગરમ પાણીમાં નાંખી પાવાથી ઉલટી થાય પછી દરદીને સુઇ રહેવા દેવો.

જ્વરહર ધુપ.

ઉપલેટ, લીંબડો, હરડે, વજ, જવ, ઘી, લાખ અને સરસવ એ ઔષધોનો ધૂપ તાવનો નાસ કરે છે.

સર્વ તાવમાં દાનરૂપ ઉપચાર.

પીપળાની સેવા કરવી, બ્રાહ્મણ અને દેવનુ પૂજન, ગ્રહોનું પૂજન, વિષ્ણુ સહસ્ત્ર નામનો પાઠ કરવો. મણી પહેરવું.

કુદરતી ઉપચારો.

(૧) દરદીને અલગ રાખવો સૌથી ઉત્તમ છે.

(૨) પહેલે દીવસથી ગરમ ખમી શકાય તેવા પાણીની બસ્તી ત્રણ દીવસ આપવી; જેથી આંતરડામાં ભરાઇ રહેલો મળ નરમ થઇ ગુદા વાટે નીકળી જશે. મોટા મનુષ્યને ૪ શેરથી ૬ શેર પાણી થોડું દીવેલ નાંખી ડુશવડે ગુદા મારફતે મોટા આંતરડામાં મોકલવું.

(૩) નાના બચ્ચાને એકથી બશેર સુધી ગરમ પાણીમાં ગ્લેસેરાઈન નાંખીને બસ્તી આપવી.

(૪) થોડું પાણી કીટલીમાં ગરમ કરી તેમાં બેચાર ટીપાં યુકેલીપટસ ઓઇલના નાંખી તે વરાળ દરદીના મોઢા અને નાકમાં દાખલ થવા દેવી. યુકેલીપટસ ઓઇલના થોડા ટીપાં રૂમાલ ઉપર છાંટી દરદીને વારંવાર સુંઘાડવું.

(૫) જીભને ગણુ સુકાય તો ઉકળતા પાણીમાં લીંબુની ચીર નીચોવીને પીવા આપવું સાકર નાંખવી નહિ.

(૬) દરદીને નબળાઈ બહુ હોય તો ઝાડોપીસાબ બીછાનામાંજ કરાવવા. તકલીફ આપવી નહિ.

ઇન્ફ્લુએન્ઝાની ઉપચાર પદ્ધતિ.

પીવાની દવા.

(૧) સીતોપલાદી ચૂર્ણ પાવલીભાર દીવસમાં ચાર પાંચવાર મધ જોડે આપવું (સાકર ૧૬ ભાગ, વંશલોચન ૮ ભાગ લીંડીપીપર ૪ ભાગ, એલચી દાણા ૨ ભાગ, અને તજ ૧ ભાગ લઇ ચૂર્ણ કરવું.).

(૨) વાસાવલેહ યાને અરડુસીનો અવલેહ આપવો.

(૩) દેવદાર્યંત કવાથ સવાર સાંજ આપવો.

ખાંસી ને કફનું ઔષધ.

વાવડીંગ, તો. ૦। બહેડાની:છાલ તો. ૧ બારીક ખાંડી તેમાં ૨ તોલા મધ મેળવી આખો દીવસ ચટાડવું.

ગળુ અંદરથી લાલ થાય અને બળજીભી મુઝી જાય તેના ઉપાય.

(૧) માયા બારીક વાટીને ભુકી જીભ પર ડાબવી.

(૨) જેઠીમધના કાઢાના કોગળા રોજ દીવસમાં ચારપાંચ વાર કરવા.

(૩) શરૂઆતમાં ગરમ પાણીથી પગ ઝારવા,

(૪) દરદીને તાવ આવે એટલે શરૂઆતથીજ **છાતી તથા વાંસામાં શેક કરવો જેથી ન્યુમોનીઆ થવાની ધાસ્તી રહે નહિ. શેક** કરવાની સમજ આગળ આપી છે તે જુઓ.

(૫) ગળાના બહારના ભાગે ગોળ તથા કળી-ચુનાનો લેપ મારવો.

(૬) ચણોઠીના પાતરાનો રસ ગળવો.

જુકસો પહેલો.

ઘોડાવજની ભુકીને ચપટી ભરીને રોજ એક બે વાર ઘીમાં ચટાડવું, ચાહને બદલે ઘોડાવજની ભુકી એક ચમચી ગરમ પાણીમાં નાંખી દુધ અને સહેજ સાકર નાંખીને આપવું.

નુકસો બીજો.

સરકારી કવીનાઈન. ભાંગ, પીપર, વજ, સુંઠ સરખે ભાગે લઈ ગોળી કરી તુળસીના રસમાં આપવી એથી તાવ ઉતરી જશે.

નુકસો ત્રીજો.

કડુ તો. ૨, મરી તો. ૧, સંચળ તો. ૦ા, ભાંગ તો. ૦ા ચારે વસ્તુને જરા સેકી ખાંડી કપડે ચાળી આદુના રસમાં ૬૦ ગોળી વાળવી. આદુ ન મળે તો સુંઠના ભુકાને ઉકાળી તેની ગોળી એક તોલાની ૧૬ લેખે વાળવી. આ ગોળી સવાર સાંજ બે ગરમ પાણી સાથે આપવી. તાવ હોય તો પણ આપવી. અને તાવ ઉતરી ગયો હોય તોપણ આપવી એ પ્રમાણે દીવસમાં બે વખત ગોળીઓ આપવાથી ત્રીજે દીવસે તાવ આવતો નથી. પાંચ વર્ષના બાળકને સવાર સાંજ એકેક ગોળી આપવી, બે વર્ષની અંદરનાને ટકે અડધી ગોળી આપવી. આ ગોળી બહુ અકસીર છે.

નુકસો ચોથો.

અરડુસી તો. ૩, કલંબા તો. ૧, કરીઆતુ તો. ૧; પીપરીમૂલ તો. ૧, ખડસાલીઓ તો, ૧, ગળો તો. ૧, સુગંધી વાળો ૧ તો. સુંઠ તો. ૧. બધાને ખાંડીને પાંચ ભાગ કરવા રોજ એક ભાગ એક શેર પાણીમાં ઉકાળી ૦ાા શેર પાણી રાખી ગાળી લઇ રોજ દીવસમાં ત્રણ વાર આપવું.

નુકશો પાંચમો.

કાચકીના કુમળા પાન, તેનો રસ તો. ૩, મધ તો. ૧ સાથે મેળવી દીવસમા ત્રણ વાર આપવું આ પ્રમાણ ૧૨ વરસની ઉપરની ઉમર માટે છે.

નુકસો છઠ્ઠો.

કડુ, કરીઆતુ, અતિવિષની કળી, કુલાવેલી ફટકડી, મરી, પીપર, કેશની શાતરા, કરીઆતાના કોશીઆ, ઇંદ્રજવ, કાચકા; વાવડીંગ સર્વ સમાન ભાગ લેવું. છેલ્લી ત્રણ દવા શેકીને લેવી.

સર્વેને ખાંડી તુળસીના રસમાં વટાણા જેવડી ગોળી કરવી. દીવસમાં ત્રણવાર ટંકે ૩ ગોળી ગરમ પાણી સાથે આપવી.

નાની ઉમરનાને એક ગોળી આપવી મહાસુદર્શન એક તોલો એક શેર પાણીમાં ઉકાળી અડધો શેર રહે ત્યારે ગાળી બે ચમચા બાટલીમાં ભરી રાખી દીવસમાં ત્રણ વખત શરૂઆતમાં આપવું.

નુસખો સાતમો.

કડવા લીંબડાના પાંદડાનો રસ ઉત્તમ છે સવાર બપોર ને સાંજે ત્રણ વખત બે તોલા પાવો. પછી બે ત્રણ દીવસ બે વખત આપવો. **ગર્ભીણી સ્ત્રીને લીંબડાનો રસ જ આપવો, ગરમ દવા આપવી નહિ.** પેટ સાફ લાવવા માટે ત્રીફળા આપવું.

(હરડે ૧ ભાગ, બેડા ૨ ભાગ ને આમળા ત્રણ ભાગ તેના ઠળીઆ કાઢી ચૂર્ણ બનાવવું તેની ફાકી મારવી.)

નુસખો આઠમો.

અરડુસીના પાન, જેઠીમધ, ખડસળીઓ, સુંઠ, ગરમાળાનો ગોળ દરેક ૧ તોલો લઈને અડધો શેર પાણીમાં ઉકાળી બે રૂપીઆ ભાર પાણી રહે ત્યારે આપવું.

નુસ્કો નવમો.

જેઠીમધ, તુળસીના પાન અને મળે તો બીલીના પાનને ખાંડી ચાહ બનાવીને આપવી.

તાવ ઉતર્યા પછી કવીનાઇન આપવું ફાયદાકારક છે. ગળામાં કાંઈ પણ બળતરા કે તાવની અસર જણાય કે ૧ ગ્રેન કવીનાઇન અને ૧ ગ્રેન કેરીનસાઇટ્રસ એકઠાં કરી ઠંડા પાણી સાથે લેવું વધુ પ્રમાણમાં આ દવા લેવી નહિ.

સળેખમ

માયુ, સાકર, મીઠું, દરેક બે વાલ લઇ ચૂર્ણ કરી રૂના પૂમડામાં મુકી સુંઘવાથી આરામ થાય છે બાચીનો ભાગ માલીસ કરવાથી આરામ થાય છે.

પ્રકરણ ૨–જું.

ન્યુમોનીઆની ઉપચાર પદ્ધતિ.

છાતી ઉપર ચોપડવાનો લેપ.

(૧) છાતીમાં દુઃખાવો થતો હોય તો એન્ટી ફ્યુલોજીસ્ટાઇન સારૂ જાડુ ચોપડી ઉપર રૂ દબાવી પાટો બાંધી મુકવો.

(૨) સાદડાના ઝાડની છાલ પાણીમાં ઘસીને ખમાય તેવી ગરમ કરી છાતી અને દુખતા ભાગ ઉપર દીવસમાં ચાર પાંચ વાર ચોપડયા કરવી. જેથી સોજો ઉતરી જઈ દુ:ખાવો નરમ પડશે.

શેક અને બાફ.

(૧) એક મુઠી રાઈ વાટીને ગરમ ઉકળતા પાણીમાં નાંખી પછી તેમાં દરદીના પગ ઘુટણ સુધી બુડતા રાખવા. શરીરે પરસેવો થવા માંડે કે પગ લુછી ને કોરૂ કપડુ ઓરાઢી દરદીને સુવાડી દેવો એટલે ઘામ આવી તાવ નરમ પડશે.

(૨) અળસીનો લોટ પાણીમાં ઉકાળી બારીક મલમલના કપડાના પડ વચ્ચે પાથરી છાતીને ખભા નીચેના બે પાસા તરફ મૂકવું. હૃદયને શેક કરવો નહિ. આ પ્રમાણે ગરમ અળસીના પોટીસનો શેક કરવો.

(૩) પોશુના ડોળાને ઉકાળીને તેનો વરાળીઓ સેક છાતી પર કરવો.

(૪) અરડુસીના પાન બાફીને છાતીએ બાંધવા.

(૫) ટરપેનટાઇન તથા કપૂર મેળવીને છાતીએ ચેાળવું અને આ મીશ્ર બાટલીમાં ભરી વારે ઘડીએ દરદીને સુંઘાડવું.

(૬) શેક આગળ જણાવ્યા મુજબ પુષ્કળ કરવેા. બંધ ન કરવેા.

(૭) દરદીનું બળ ટકાવવાને દ્રાક્ષાસવ અગર બ્રાન્ડી આપવી.

(૮) ભારંગયાદી કવાથ અથવા દ્વાત્રિંશાંગ કવાથ આપવેા.

(૯) માથા ઉપર ઠંડક રાખવી.

(૧૦) લસણને કકડાવી તેનું તેલ છાતીપર માલીસ કરવું ઉત્તમ છે.

(૧૧) પીસાબ અટકે તેા પેઢા પર શેક કરવેા.

માથા પર ઠંડક કરવાની રીત.

૧ તાવ મધ્યમ હેાય તેા ગુલાબજળનું અગર કેાલન વેાટરનું પેાતું મુકવું. આ વસ્તુઓની ગેર-હાજરીમાં તળાવની માટીને ઠંડા પાણીમાં સુખડ,

વાળો, કપુરકાચલી, એલચી વગેરેનું ચૂર્ણ નાંખી જાડો થર કરવો. ચોલાઇ, કોથમીરની ભાજી વાટીને બાંધવી.

તાવ ૧૦૪ ડીગ્રી હોય તોજ બરફનો રોટલો કરીને મૂકવો. બરફના અભાવે સુરોખાર નાંખી પાણીના પોતા મુકવા. દરદી નાસભાગ કરે બકવાટ કરે તો ઉંઘ માટે નીચેની એકાદ દવા આપવી.

(૧) ભાંગ બે થી ચાર વાલ મધમાં ચટાડવી.

(૨) પોટાસ બ્રોમાઇડ ૨૦ ગ્રેન લગી દ્રાક્ષાસવ અથવા બ્રાન્ડી સાથે મેળવીને આપવી. તેજ પ્રમાણે એમોનીઆ બ્રોમાઇડ ૮થી૧૦ ગ્રેનથી વધારે આપવો નહિ. હોશીઆર વૈદ્ય, ડોકટરની સલાહ લેવી.

શરીર ઠંડુ થઈ વીટ ચઢે તેનો ઉપાય.

ગરમ કરેલા નળીઆ ઉપર સુંઠ ઘસી તેનો ભુકો શરીરના ઠંડા ભાગ પર માલીસ કરવો પરસેવો સ્વચ્છ કપડાથી લુછી નાંખવો.

કાયફળનો ભુકો, કંકોડી, કડવી હુંધીના બીનો ભુકો ઘસવો.

શ્વાસ અને કફનો ઉપાય.

કફ પડવા માટે તથા શ્વાસ કમી કરવા માટે હિંગ તથા કપુરની ગોળી કરી આદુના રસમાં આપવી.

ન્યુમોનીઆમાં વૈદોને વાપરવાની દવા.

મહાસુદર્શન, પર્પટાદી ક્વાથ. ત્રિભુવન કીર્તી રસ, રત્નગીરી રસ; અમર જીવન રસ, જગનાગેશ્વર રસ. શીતભંજી રસ.

કફનું જોર બહુ હોય તો ભારંગ્યાદી ક્વાથ અને હરીતકીહવલેહ આપવો.

તાવ ૧૦૨ ડીગ્રીથી વધારે હોય તો ત્રીભુવન કીર્તી રસ ૨ રતી ચાર કલાકે મધ અથવા આદુના રસમાં આપવો. ઉપર ધાણાનું પાણી કરી પીવાડી દરદીને ઓરાઢીને સુવાડી દેવો કે જેથી જલદી પસીનો વળે.

ભારંગ્યાદી ક્વાથ.

ભારંગી, રાસ્નાં, કુકડવેલના ફળ, દેવદાર, હળદર સુંઠ, લીંડી પીપર, મરી, અરડુસો, ઈંદ્રવરણાની જડ, બ્રાહ્મી, કરીઆતુ, લિંબડાની અંતરછાલ, મોથ, કડુ, ઘોડાવજ, પહાડમુળ, અરલુનુ મૂળ, દારૂ હળદર, ભોરીંગણી, લિંબડાની ગળો, નસોતર, છીણીનાં મૂળ, પુષ્કર મૂળ, ત્રાયમાણ, કાળીપાડ, જવાંસો, ઈંદ્રજવ, ત્રિફળા અને કચુરો એ સર્વ સમાન ભાગે લઈ ખાંડી કવાથ કરી બે વખત પીવાથી સર્વ સન્નીપાત મટે છે.

ક્વાથ કરવાની વિધિ.

ઉકાળાના સર્વ ઓષડ અધખોખરા ખાંડી તેમાંથી ૪ તોલા લેવા તેને સોળગણા એટલે ૬૪ તો. પાણીમાં ઉકાળવો આઠમાં ભાગનું એટલે ૮ તોલા પાણી રહે: ત્યારે ઉતારી ગાળીને પીવું.

દરદીની સારવાર કરનારને પાળવાના નિયમો

(૧) દરદીની રૂમની હવા ચોકખી રાખવી. ફીનાઈલ છાંટવું, લીંબડાના પાંતરાં બાળવા, ગુગળ

લોબાન ચોખા ઘી વગેરેનો ધૂપ કરવો, ગંધક તથા કપૂરની ધૂણી કરવી, અડાયાની ધૂણી કાયમ રાખવી.

(૨) દરદીના ઉપયોગના વાસણો નિત્ય ખળ-ખળતાં પાણીમાં ધોઇને સાફ રાખવા ને દરદીનાજ ઉપયોગમાં લેવા.

(૩) દરદીના વાસણ બીજા કામમા અગ્નીમાં તપાવીને ઉકાળીને લેંવાં.

(૪) સારવાર કરનારે દરદીના ઓરડામાં બસી રહેવું નહિ. અને કલાકે કલાકે વારાફરતી બેસવું. દરદીના ઓરડામાં સુવું નહિ.

(૫) બહુ ઉજાગરા કરવા નહિ, જાગવાની જરૂર હોય તો વારા ફરતી જાગવું.

(૬) હંમેશાં ખુલ્લી હવામાં એકાદ કલાક ફરી આવવું અગર કસરત કરવી.

(૭) મોઢે ઓઢીને સુવું નહિ.

(૮) દરદીના રૂમમાં ચારે ખુણે તુલસીના કુંડા રાખવા.

(૯) રોજ ગરમ પાણી પીવું ને દીવેલ લઈ પેટ સાફ રાખવું.

(૧૦) દરદીના મોં સામું મોં રાખી તેનો સીધો શ્વાસ આપણા મોંમાં લેવો નહિ.

વિલાયતી દવાના પ્રિસ્ક્રીપશનો.

મુંબઇના હેલ્થઑફીસર ડૉ. ટર્નર નીચેના પ્રિસ્ક્રીપશનોની ભલામણ કરે છે.

પ્રિસ્ક્રીપશન—૧. સામાન્ય.

પ્રોટાશ નાઇટ્રાસ ગ્રેન.		૫
પોટાશ ક્લોરસ	,,	૫
ક્વીનાઇન સલ્ફ.	,,	૩
એસીડ ના૦ હા૦ ડિલ્યુટ.	ટીપાં	૧૦
મેગ્નીશ્યા સલ્ફ	ડ્રામ	૧
સીરપ સીમ્પલેક્સ	,,	૧
એક્વાસીનામોની	ઔંસ	૧

આ એક વખતનો ડોઝ એવા ત્રણ ડોઝ આપવા.

પ્રિ. નં. ૨ કફઘ્ન તથા ઉતેજક.

આમોનીયા કાર્બ	ગ્રેન	૩
ટી. સીલા,	ટીપાં	૧૦
લાઇકર એમો. એસે. ડિલ્યુટ	ડ્રામ	૧
ટીં. ડીજીટેલીસ	ટીપાં	૫
ટીં. નકસર્વોમીકા	,,	૫
સ્પીરીટ કેમ્ફર	,,	૧૦
એકવાસીનામોની	ઔંસ	૧

બધુ મળીને ૧ ઔંસ થાય એટલુંજ એકવાસી-નામોની નાંખવાનું ૧ ઔંસથી ઓછું ઉપલી મેળવણી ૧ ડોઝની એવી ત્રણ વાર.

પ્રિ. નં. ૩ શકિતવર્ધક સ્ટીમ્યુલંટ.

સ્પિ એમોનીઆ એરોમેટીક	ટીપાં	૨૦
ટી ડિજીટેલીસ	,,	૫
ટીં. નકસવોમીકા	,,	૧૦
સ્પી. કેમ્ફર	,,	૧૦
એકવાસીનામોની	ઔંસ	૧

એક વખતની ઉપલી દવા ખાવાની એવા ૩ ડોઝ રોજ આપવા જેથી શક્તિ આવશે.

પહેલું પ્રી. સાધારણ તાવવાળા માટે સારૂં છે.

બીજું પ્રી. લાંબા મંદવાડમાં કફને કાઢવા માટે સારૂં છે ને હાર્ટને પણ મદદ કરે છે. તથા તાવ જેમાં ન્યુમોનીઆનો ભય લાગે તે માટે સારૂં છે.

ત્રીજું પ્રી. તાવ વગેરેમાંથી મુકત થયેલા દરદીને શકિત માટે આ પ્રી. સારો ગુણ આપી શકિત આપે છે.

ન્યુમોનીયા સાથે તાવ હોય. તે વખતે પ્રી. નં. ૧. તથા નં. ૨ના ડોઝ વારાફરતી આપવા.

ઇન્ફ્લુએન્ઝા અટકાવવાના નિયમો.

(૧) એક ચમચી મીઠું સારા ગરમ પાણીમાં મેળવવું તેમાંથી થોડું પાણી ગળામાં ગળગળાવી તેના કોગળા કરવા.

(૨) બાકીનું પાણી એક વાસણમાં રેડી નસકોરાં બોળી તેમાંથી થોડું થોડું પાણી નાકમાં ગળાના

પાછલા ભાગ સુધી જાય ત્યાં લગી ખેંચવું. પછી વાસણમાંથી મોઢું કાઢી લઇ પાણીને નસ્કોરામાંથી એક બાલદીમાં પડવા દેવું. આ પ્રમાણે દીવસમાં ત્રણ વખત કરવું બધુ મળીને દીવસમાં પાંચ છ વખત કરવું આ પ્રમાણે કરવાથી દક્ષિણ આફ્રિકામાં ઈન્ફ્લુએન્ઝાના ટાઇમે માત્ર ત્રણજ નર્સોને આ રોગની અસર થઇ હતી.

ઈન્ફ્લુએન્ઝા એક બીજાના સમાગમમાં આવવાથી ચેપી લીટ તથા થુંક મારફતે ફેલાય છે.

(૨) મેળાઓ, સીનેમા, નાટક, નિશાળ, જાહેર ભાષણની જગ્યાઓ અતિશય ભીડવાળી હોય ત્યાં જવું નહિ.

(૩) હવા અજવાળું પૂરતું આવવા માટે બારી બારણા ઉઘાડા રાખવા. જેમ હવાની આવજા વિશેષ તેમ રોગની ધાસ્તી થોડી, સુવાના ઓરડામાં હવા બરાબર ન દાખલ થતી હોય તો ખુલ્લામાં પૂરતું ઓઢીને સુવું વધારે ફાયદાકારક છે.

(૪) શરીરની તંદુરસ્તી જાળવવા ગરમ કપડા પહેરવા પૈાષ્ટિક ખેારાક લેવેા પણ હદથી ભારે લેવેા નહિ.

(૫) સૈાથી અગત્યની વાત એ છે કે આ રેાગ વિષે બહુ વિચાર કરવા નહિ.

દરદીની સારવાર.

ઉધરસ તથા છીંક ખાતી વખતે મેાં તથા નાક આગળ રૂમાલ રાખવેા. રૂમાલને વારંવાર બદલ્યા કરવેા અને તેને મુકી દેવા પહેલાં પાણી અથવા ફીનાઈલ જેવામાં બેાળી રેાગના જંતુઓનેા નાશ કરવેા.

દરદીનેા શ્વાસ અથવા તેનુ થુંક લાગ્યું હેાય તે વસ્તુઓનેા પહેલાં રેાગ બીજનેા નાશ કરી પછી વપરાશમાં લેવી.

દરદીની સારવાર કરનાર અથવા સમાગમમાં આવનાર બુરખેા પહેરે તેા સારૂ દરદીને અને તેના કુવાલને અડક્યા પછી હાથ ધેાઈ નાંખવા.

રોગી સારો થયા પછી તે ઓરડામાંનો સરસામાન કઢાવી નાંખી તડકામાં મુકાવવો. ને પછી તે ઓરડાને ફીનાઇલ વગેરે જંતુ નાશક પ્રવાહીથી ધોવડાવી નાંખવો. તબીયત સુધારા પર આવે તે દરમ્યાન કઠી હવામાં જવું નહિ જેથી ન્યુમોનીઆ અથવા બીજો બગાડ થતો અટકે.

પ્રખ્યાત ડૉ. જોષીઆ ઓલ્ડફીલ્ડ સર્વ પ્રકારના માંસાહારનો ત્યાગ કરવા તથા નારંગી, સંતરા લીંબુ તથા તેલનો છુટથી ઉપયોગ કરવાની ભલામણ કરે છે.

ઓલીવ ઓઇલ અને વરાળ ઠારીને કરેલું પાણી પીવું જોઇએ. રોગમાંથી મુકત થયા પછી ધીમે ધીમે પાંચ દસ માઈલ ફરવાથી તંદુરસ્તી મળે છે. અગ્નિ પ્રદિપ્ત થાય છે.

સર્વ રોગનો રામબાણ ઉપાય.

માટીના વાસણમાં આઠ વાડકી ભરીને પાણી રેડવું

તેમાં સુંઠ, મરી, તજ, લવંગ, વાવડીંગ સર્વે ચીજ બેઆની ભાર લઈ તેને ખોખરી કરવી અને તુળસી અને બીલીના પાતરાં બે બે તોલા નાંખવા; પછી આ પાણીને ચૂલે ઉકાળતાં જ્યારે એક વાડકી રહે ત્યારે ઉતારીને દર્દીને પાવું, આ પ્રમાણે દીવસમાં ત્રણ વખત આપવું, રોગનું જોર વધારે હોય તો આઠને બદલે સોળ, બત્રીસ વાડકી અને છેવટે ચોસઠ વાડકી પાણીને ઉકાળી એક વાડકી પાણી રાખવું પાણી ઠંડુ થયા પછી પાવાથી એક વાર અસાધ્યાવસ્થાને પામેલો દર્દી બેઠો થઇ જવાબ આપે છે.



પ્રકરણ ૭જું.

જ્વરના સંક્ષિપ્ત લક્ષણો.

જ્વરની જાત	જ્વરના લક્ષણો ને વખત	પીવાનો કવાથ નં ૧
વાત જ્વર	ચોમાસુ બગાસા, શરીરમાં કળતર	૧
પિત્ત જ્વર	શરદ. અગન બળે, ફેર બળતરા, તરસ ઉલટી	૨
કફ જ્વર	વસંત. અરૂચી, ટાઢ સળેખમ, ઉધરસ	૩
વાતપિત્ત જ્વર	મુર્છા, ભ્રમ, બળતરા, સાંધામાં તોડ, બગાસા શરદી, ઉલટી, અંધારા	૪
વાતકફ જ્વર	ભીનુ શરીર, સાંધામા દુઃખાવો. અંગજડ, સળેખમ, ઉધરસ	૫
કફપિત્ત જ્વર	મોઢુ કડવું, ચીકણું ઘેન, ખાંસી, અરૂચી તરસ, ઘડીમા ટાઢ ને ઘડીમાં ગરમી	૬

લીસ્ટમાં જણાવેલી ઔષધીઓ નીચે પ્રમાણે છે તેનો ક્વાથ કરીને પીવો.

(૧) ગળો, સુંઠ, મોથ, ધમાસો.

(૨) કરીઆતુ, કડુ, મોથ, પિત્ત પાપડો, ધમાસો

(૩) સુંઠ, અરડુસીના પાંદડાં, મોથ, ધમાસો

(૪) ગળો, પિત્ત પાપડો, મોથ, કરીઆતુ, સુંઠ

(૫) કાયફળ, રોહીસઘાસ, મોથ, ધાણા, કાકડા સીંગ, ઘોડાવજ, હરડે, ભારંગ, પિત્ત પાપડો, સુંઠ દેવદાર, ફુલાવેલી હીંગનું ચૂર્ણ, બે તોલા મધ સાથે લેવો.

(૬) રતાંજલી, પદમકાષ્ટ, ધાણા, ગળો, લીંબડાની અંતર છાલ.

(૭) ગળો, લીંબડાની અંતર છાલ, ધાણા પદમક રતાંજલી આ ચીજોનો ક્વાથ કરીને પીવાથી સર્વ પ્રકારના તાવ જાય, તરસ, દાહ, અરૂચી ઉલટી વગેરે દુર થાય.

નોંધ:–આ ઉપરાંત આગળ જણાવેલા નુસખાઓ પણ તાવ પર અકસીર છે.

...મારી મુઝવણનો ખુલાસો.

... જો કોઈ પણ રીતની ઉપાધી જેવી કે ..., માનસીક, સંસારીક વગેરેમાં સપડાયા હોય ... વખત અમને મળો કારણ કે જ્યોતીષ, ...logy મુખલક્ષણ Physiognomy હસ્તરેખા ...istry મસ્તકપરિક્ષા Phrenology અક્ષર Graphology છેલ્લી શોધ મુજબ સાયન્સને ...રે તપાસી નિરાકરણ કરવામાં આવે છે. હસ્તરેખા થી વર્ષફળ ને જીંદગીનો ટુંક વૃત્તાંત બનાવવામાં ...વે છે. આ ઉપરાંત જન્મોત્રી ટપકા વર્ષફળ વગેરે ...ાવી આપવામાં આવશે.

અમારા કામ માટે હિંદુસ્થાન, એડવોકેટ ...ફ ઈન્ડીઆ' પ્રજામિત્ર અને પારસી, ...મ્બે ક્રોનીકલના તંત્રીઓએ મુખ્ય કંઠે ...સંસા કરી છે તેજ અમારા કામની સાબીતી માટે પુરતા છે.

અમારા કામ માટે નવસારી, ઉદવાડા, સુરત, મુંબઇ વગેરે અન્ય સ્થળોની પ્રજાએ તેમજ ખાસ રીને વિદ્વાનોએ, સંતોષ જાહેર કર્યા છે. તેમના સેંકડો પ્રમાણ ... મોજુદ છે.